

Aiki Waza

柔術

| | Tenkan “familie” | | | Irimi “familie” | | | | Nage “familie” | | | | |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Niveau | Kote Gaeshi | Aiki Otoshi | Shiho Nage | Ikkyo | Nikyo | Sankyo | Gokyo | Irimi Nage | Koshi Nage | Kaiten Nage | Sumi Otoshi | Tenshi Nage |
| 5. kyu | Diagonal håndgreb og slag <i>Ai Hanmi Katate Tori</i> + <i>Mawashi Tsuki</i> | Omklamring bagfra <i>Ushiro Kakae Tori</i> | | | | | | | | | | |
| 4. kyu | Greb i revers - én hånd <i>Mune Tori</i> | Armkvæler bagfra <i>Ushiro Kubi Shime</i> | | Kvæler forfra <i>Mae Jime</i> | | | | | | | | |
| 3. kyu | | | Greb i revers og slag <i>Mune Tori</i> + <i>Mawashi Tsuki</i> | Baghåndsslag <i>Uraken Uchi</i> | Greb i revers - begge hænder <i>Morote Mune Tori</i> | | | | | | | |
| 2. kyu | | | Cirkelslag <i>Gyaku Mawashi Tsuki</i> | Frit angreb <i>Jiyu Kogeki</i> | Cirkelslag <i>Gyaku Mawashi Tsuki</i> | Diagonal håndgreb og slag <i>Ai Hanmi Katate Tori</i> + <i>Mawashi Tsuki</i> | | | | | | |
| 1. kyu | Frit angreb <i>Jiyu Kogeki</i> | Frontspark <i>Mae Geri</i> | | | Frit angreb <i>Jiyu Kogeki</i> | Armkvæler bagfra <i>Ushiro Kubi Shime</i> | | Kvæler forfra <i>Mae Jime</i> | Cirkelslag <i>Gyaku Mawashi Tsuki</i> | | | |
| 1. dan | 2 teknikker frit valg fra denne “familie” - frie angreb | | | | | Cirkelslag <i>Gyaku Mawashi Tsuki</i> | Stokkeslag udefra <i>Gyaku Mawashi Jo Tsuki</i> | Baghåndsslag <i>Uraken Uchi</i> | Kvæler forfra <i>Mae Jime</i> | Modsat håndgreb og slag <i>Gyaku Hanmi Katate Tori</i> + <i>Mawashi Tsuki</i> | Lige slag <i>Gyaku Tsuki</i> | Cirkelslag <i>Gyaku Mawashi Tsuki</i> |
| 2. dan | 2 teknikker frit valg fra denne “familie” - frie angreb | | | 3 teknikker frit valg fra denne “familie” - frie angreb | | | | Diagonal håndgreb og armkvæler bagfra <i>Ai Hanmi Katate Tori</i> + <i>Ushiro Kubi Shime</i> | Diagonal håndgreb og slag <i>Ai Hanmi Katate Tori</i> + <i>Mawashi Tsuki</i> | Baghåndsslag <i>Uraken Uchi</i> | Omklamring Forfra <i>Kakae Tori</i> | Modsat håndgreb og slag <i>Gyaku Hanmi Katate Tori</i> + <i>Mawashi Tsuki</i> |

OBS: Greb i uke ved bevægelse og teknikudførelse + atemi

Ingen videreførings-modteknikker

Ingen kampdel

“Familier”
Samme bevægelsesretninger
Naturlig Atemi/chokering ved indgang (irimi/tenkan)